|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  с заместителем директора по ВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.В. Цыганковой  «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2024 г. |  | УТВЕРЖДЕНО  приказом МБОУ СОШ № 5  имени Куликова В.Г.  от 28.08.2024 г. № 132  Директор \_\_\_\_\_\_\_\_\_И.Ю. Горбань  «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2024 г. |
| СОГЛАСОВАНО  с педагогическим советом  МБОУ СОШ № 5 имени Куликова В.Г.  протокол № 1 от 28.08.2024 г. |  |  |
| Программа  дополнительного образования  художественного направления  «Танцевальный коллектив «Конфетти»  программа разработана  советником директора по воспитанию  Эсеналиевой О.С. | | |

г. Невинномысск, 2024 г.

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Данная программа имеет физкультурно-спортивную направленность. Известно, что эффективность образования детей в школе во многом зависит от состояния их здоровья. Мы живём во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребёнок волей-неволей становится заложником, быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.) - всё это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Современная школа стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда "дух" и "тело" находятся в гармонии, необходимы меры целостно развития, укрепления и сохранения здоровья учащихся. Определяющим фактором в системе сохранения и развития здоровья подрастающего поколения может стать валеологически обоснованный учебно-воспитательный процесс в школе.

**Адресат программы**:

- программа рассчитана на учащихся обоего пола, в возрасте 7-17 лет;

- обязателен минимальный интерес к хореографии;

- наличие базовых знаний по программе не обязательно;

- наличие определенной физической и практической подготовки не требуется

- противопоказаний по физическому здоровью детей нет.

**Уровень усвоения программы - общекультурный**.

**Актуальность** программы обусловлена тем, что приходя в школу, ребенок имеет ограниченный запас двигательных навыков, с нарушенной осанкой, координацией. Одни скованы, неподвижны, медлительны, другие - разболтаны и суетливы. Часто дети плохо держатся: гнутся, поднимают плечи, неправильно ставят ноги при ходьбе (носки внутрь) и т.п. Длительное пребывание ребенка за школьной партой, ограничение движений, мешает правильному развитию костно-мышечной системы, напротив, влечет за собой психофизиологическую перегрузку. Необходимо создать условия для коррекции этих недостатков и обогащения запасов двигательных навыков детей, давая им специальные тренировочные упражнения.

Отличительная особенность программы.

Настоящий курс опирается на некоторые понятия и навыки, которые учащиеся получают на других уроках в общеобразовательной школе.

Самая тесная связь прослеживается между танцами и физкультурой: и по строению урока и по его насыщенности. Начинаясь с разминки. Имея кульминацию в середине и спад физической и эмоциональной нагрузки к концу. Каждое занятие имеет конкретную цель -натренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений.

Регулярные занятия танцами, как и занятия физкультурой, создают и укрепляют мышечный корсет, улучшают работу сердца, нервной системы, укрепляют психику.

Непосредственная связь курса «Танцы» с «Музыкой» прослеживается на всем этапе, так как мы танцуем под музыку и выражаем характер музыки танцем. Учащиеся отрабатывают понятия «ритм», «счет», «размер», «такт», при этом дети должны различать вступление и основную мелодию, вступать в танец с начала музыкальной фразы.

Каждый танец, который включен в программу, имеет определенные исторические корни и географическое происхождение. Приступая к изучению того или иного танца, учащиеся знакомятся с историей его создания, узнают, в какой стране, у какого народа он произошел, в какую страну переместился. Уклад и обычаи, характер и темперамент народа отражаются в танце, и наоборот, изучая танец, учащиеся узнают о тех или иных народах, странах.

При изучении общих понятий в бальных танцах учащиеся сталкиваются с математическими понятиями «угол поворота», «направление движения» (по линии танца, диагонально), «доли счета» (1/4, 2/4, 3/4 и т.д.). Существуют понятия «геометрия шагов», «диаграмма шагов».

На занятиях учащиеся пользуются и физическими понятиями «вес тела», «ось поворота», «импульс движения», «ускорение».

Законодателем моды в бальных танцах является Англия, поэтому часто названия шагов и фигур звучат на английском языке. Отсюда вытекает связь с изучением английского языка.

Средства данного курса можно разделить на следующие основные группы:

* основы музыкальной грамоты;
* основы танцевальной грамоты;
* упражнения на согласование движений с музыкой;
* общеразвивающие и специальные упражнения;
* основы современных бальных танцев.

**Цель:** формирование и развитие творческих способностей учащихся, раскрытие творческого потенциала учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков в области спортивно-бальных танцев, выявление талантливых и одаренных.

Данная цель реализуется через решение следующих **задач**:

**Обучащие**:

- ознакомление учащихся с основами спортивного бального танца;

* знакомство с историей возникновения танца;
* ознакомление с традициями народов, танцы которых легли в основу того или иного спортивного бального танца;

**Развивающие**:

- развитие и сохранение здоровья детей;

- развитие и совершенствование двигательных навыков, способностей, чувства ритма, музыкальности, координации движений, пластики;

**Воспитательные**:

* воспитание любви к искусству танца и музыки;
* формирование художественного вкуса детей, развития их творческого потенциала, трудолюбия, терпения, чувства собственного достоинства и самоуважения.

**ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ**

**ПРОГРАММЫ**

**Условия набора и формирования групп**:

- принимаются все желающие,

- возраст на первый год обучения 6,6-16.лет

**Продолжительность образовательного процесса**: программа рассчитана на 1 год обучения по 34 часа в год. Занятия проводятся два раза в неделю.

**Формы организации деятельности:** фронтальная, групповая, коллективная**.**

**Форма занятий**: групповая и индивидуальная, со всей группой одновременно и с участниками конкретного номера для отработки сольных партий.

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

Помещение:

кабинет для занятий танцевальной студии, оборудованный в соответствии с санитарными нормами: столы и стулья для педагога и учащихся, для представлений – зал со сценой и занавесом, местами для зрителей.

Приспособления, реквизит:

-костюмы;

-музыкальный центр;

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.**

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

-общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

-организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

-находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

-видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях человека;

-оценивать красоту телосложения и осанку, сравнивать их с эталонными образцами;

-управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность и рассудительность.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- представлять движения спортивно-бальных танцев для укрепления здоровья и физического развития;

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных, имеющихся, вариативных условиях.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**1-й год обучения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | ТЕМЫ | Всего часов | В том числе | | Формы контроля |
| Теория | Практика |  |
| 1 | Вводноезанятие.  Техника безопасности. | 1 | 1 | - | Опрос, наблюдение |
| 2 | Медленный вальс | 6 | 2 | 4 | Опрос, наблюдение |
| 3 | Самба | 6 | 2 | 4 | Опрос, наблюдение |
| 4 | Квикстеп | 6 | 2 | 4 | Опрос, наблюдение |
| 5 | Ча-ча-ча | 6 | 2 | 4 | Опрос, наблюдение |
| 7 | Повторение | 8 | - | 8 | Наблюдение |
| 8. | Итоговое занятие. | 1 | - | 1 | подведение итогов |
| **ИТОГО ЧАСОВ** | | **34 часа** | | |  |

**Режим занятий**

**число занятий в неделю:** 1 занятия в неделю;

**число и продолжительность занятий в день:** 1 часа по 25 минут, 10 минут перерыв

**ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

Методы и приемы организации учебно-воспитательного процесса.

1.Словесный метод используется при беседе, рассказе, чтении книги, при анализе  
музыкального или художественного произведения.

2.Наглядный метод используется при показе репродукций, фотографий, видеоматериалов.

3.Практический - это упражнения, тренинг, репетиции.

Методика проведения занятий:

В процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, удлиняется латентный период двигательной реакции; в результате длительного поддерживания статической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы. Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является организация двигательного режима школьников, который обеспечивает активный отдых и удовлетворяет естественную потребность в движении. Увеличение объема двигательной активности оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной систем.

На занятиях спортивными бальными танцами ребенок учится сознательно распоряжаться своим телом, понимать каждое движение танца в его простейших элементах и сложной координации, различать ритмы музыки и согласовывать свои движения с музыкой. Ребенок должен не только научиться определенным приемам, связкам движений, но и уметь самостоятельно видоизменять, группировать фигуры и составлять свой танец, выражая свои чувства, эмоции и понимание музыки.

Общефизические развивающие упражнения на занятиях спортивными бальными танцами:

Бег: с высоким подниманием колен, с захлестыванием голени, на носочках, трусцой, с выносом прямых ног вперед и назад, с ускорением и замедлением, в сочетании с ходьбой и прыжками.

Ходьба: на носочках, на внутренней и внешней стороне стопы, на пяточках, с высоким подниманием колен, различные виды шагов с синхронной работой рук, корпуса, головы, с перестроениями по кругу, линиям, колонкам, с ускорением и замедлением, с хлопками и притопами.

Прыжки: на двух ногах, на одной; на месте и с продвижением (вперед, назад, в стороны); из положения ноги вместе, в положение ноги в стороны; с поворотами на 90 градусов, по точкам класса и на 180 градусов, в различных темпах и ритмах, с добавлением движений головой, руками, корпусом, с хлопками, прыжками, по одному и в паре.

Упражнения для поясов верхних и нижних конечностей:

Руки: поднятие вперед, вверх, в стороны, по одной и вместе, с последующим опусканием, с разной амплитудой; сгибание и разгибание в локтевом и лучезапястном суставах, с разной амплитудой; собирание пальцев в кулачек и их последующее выпрямление, вместе и по одному, энергично, быстро; поднятие и опускание плеч, их круговые движения, собираем вперед и разводим в стороны.

Ноги: приседания глубокие и не глубокие, махи ногами вперед, назад, в стороны, с разной амплитудой.

Упражнения для мышц шеи: наклоны вперед, назад, в стороны, с разной амплитудой.

Упражнения для корпуса: наклоны вперед, назад, в стороны; повороты в стороны, повороты с наклонами, в разном темпе, с разной амплитудой.

Упражнения партерной гимнастики: постановка корпуса, сидя и стоя; «бабочка», сидя и лежа на спине и животе; «лягушка», «скорпион», стойка на лопатках, мостик на лопатках и на руках; переворот в стороны, с собранными и раскрывающимися ногами, из положения сидя на голени, грудь прижата к коленям; кувырок вперед и назад; «ножницы», «велосипед», кошка выгибает спинку и потягивается, точит коготки; махи ногами сидя и лежа.

Танцевальные элементы: топающий шаг, танцевальный шаг, шаг с подскоком, перескоки, приставной шаг, галоп прямой и в сторону, по одному и парами, со сменой направлений, по кругу и линиями, в сочетании с притопами, в одном направлении, но разным боком, через поворот; выставление ноги на носок и пяточку, вперед и в сторону; хлопки ладонь о ладонь, ладонь о колено, в парах и по одному; притопы одинарные и тройные; полуприседания, повороты, кружимся вокруг себя, голова повернута в сторону вращения, ноги переступают на носочках; «полька», «ковырялочка», «молоточки», тройной ход, «припадания», поклон, а так же элементы программных танцев.

Ориентация в пространстве: работа по кругу, по линиям, круг в круге, в рассыпную, стайкой; парами, лицом друг к другу и боком, работа по точкам класса, «улитка», «змейка», «звездочка».

Упражнения для развития пластики тела: «Вертикаль», «контракшн» стоя и сидя, «лифт» стоя и сидя, «спираль» стоя и сидя, «спираль» с работой рук, упражнение «отдых», упражнения наклоны сидя и стоя («волной»), «маятник», отработка основных упражнений стоя, лежа, сидя, стоя на коленях, «волны» руками, упражнения пантомимы.

Все эти упражнения умышленно не поделены по классам. Их можно использовать

в любых классах, в любом порядке, в любых комбинациях в зависимости от степени

восприятия детьми и их физического развития.

Разбор нового материала:

Демонстрация новых фигур и элементов. Разбор под счет. Разбор под музыку. Отработка нового материала. Повторение пройденного материала.

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ**

1. технология «Обучение в сотрудничестве»,
2. интенсивная технология,
3. здоровьесберегающие технологии,
4. игровые технологии,
5. личностно-ориентированные технологии

**Дидактический материал**

Видеоматериалы с представлениямимировых танцоров; музыкальная подборкадля танцев

**ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ:**

**Список литературы для педагогов**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: Рольф, 1999.
2. Богданов Г.П. Физическая культура в школе. - М.: Просвещение, 1971.
3. Кветная О.В., Пуртова Т.В., Беликова А.Н. Учите детей танцевать: Учебное

пособие.- М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003.

4. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии: школьники и компьютер. - М:  
ВАКО, 2007.

1. Латиноамериканские танцы./ Авт.-сост. О.В. Иванникова.- М: ACT, 2003.
2. Ритмика и бальные танцы. Программа для начальной и средней школы. Е.И. Мошкова.-М. :Просвещение, 1997.

7. Савостьянов А.И. Физическое здоровье школьника. Учебное пособие.-  
М.:Педагогическое общество России, 1996.

1. Савченко Е. Эстетическое воспитание на уроках хореографии. // Учитель. - 2003.-№3.
2. Современный бальный танец. Учебное пособие. Под редакцией В.М. Стригановой В.И. Уральской. М.: Просвещение, 1977.
3. Фокина Е. Танцуют все. // Учитель.-2002.- №6
4. Янкелевич Е.И. Воспитание правильной осанки.- М.: Физкультура и спорт, 1959.

12. Методика преподавания спортивного бального танца. Принципы обучения  
начинающих. Латиноамериканские танцы.- Видео Мастер, 2004.

**Список литературы для детей и родителей**

1. Латино-американские танцы (самба, джайв). - Дане медиа, 2002.

Латинский квартал. С.Дуванов, С.Тверьянович. Самба, румба. Ча-ча-ча, пасадобль, джайв. - Дане медиа, 2002.

1. Танцы. Обучающая программа. Выпуск 4.(самба).

Учебное видео по спортивным танцам по программе «С» класса в соответствии с правилами ФТСР и МФТС. - ООО «Артис-ИС».

**СИСТЕМА КОНТРОЛЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ ОБУЧЕНИЯ С ОПИСАНИЕМ ФОРМ И СРЕДСТВ ВЫЯВЛЕНИЯ**

Способы и формы выявления результатов:

- беседа

- опрос

- просмотр на репетициях

- праздничные мероприятия

- фестивали

- конкурсы

- диагностика

- анализ выполнения программы

**Фиксация и предъявление результатов обучения, а также их периодичность:**

Способы фиксации результатов:

- грамоты

- дипломы

- журнал

- видеозапись

- фото

Формы предъявления результатов:

- конкурсы

- фестивали

- праздники

- концерты

- отчеты

- открытые занятия

**Диагностика и анализ процесса и результата:** В работе с обучающимися на всех этапах обучения используется ДИАГНОСТИКА. Личные достижения учащихся фиксируются в таблице 2 раза в учебном году: на начало и на конец года обучения. Данные вносятся в таблицу:

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ**

**Объединения «Спортивно-бальные танцы»**

**на первый учебный год**

*Воспитательные задачи 1 года обучения:*

- формирование музыкально-хореографической культуры, как части общей культуры личности;

- расширение кругозора в области культуры и искусства и активное включение детей в культурную жизнь;

- воспитание трудолюбия, желания творчески преодолевать трудности.

*Развивающие задачи 1 года обучения:*

- формирование умения и навыков актерского воплощения танцевальных образов, выразительной передачи содержания танца;

- развитие образного мышления, творческого воображения, потребности в реализации своих потенциальных возможностей в танце;

- развитие эстетического вкуса и музыкальности.

*Обучающие задачи 1 года обучения:*

- обучение основам спортивно-бальных танцев, основам актерского искусства;

- изучение танцевальных жанров и их исторического развития;

- обучение основам сценической и исполнительской культуры.

**Планируемые результаты первого года обучения:**

*Учащиеся должны знать*:

- позиции рук, ног их различие

- правила выполнения движений

- структуру и ритмическую раскладку

- координацию движения ног, корпуса и головы в умеренном и быстром темпе

- правила выполнения движений

- значение слов ритм, акцент, темп

*Приобрести следующие умения и навыки:*

- точно воспроизводить, правильно выполнять преподаваемый материал

- уметь правильно владеть приемами музыкального движения, средствами пластики выражать задаваемый образ

- внимательно слушать музыку

- движения с музыкой, считать под музыку свои движения

- исполнять основные движения

**Содержание программы 1 года обучения**

**Тема №1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности**

Теория. Техника безопасности в зале и при выполнении задач урока

**Тема №2. Медленный вальс**

Теория. Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Медленный вальс»)

Практика: Основной шаг; Правый поворот, левый поворот, перемена, вариация, основное движение, правый поворот, левый поворот, перемена, спин поворот, хэзитейшн, шассе в ПП и ОПП

**Тема №3. Самба**

Теория. Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Самба»)

Практика. Основное движение; виск; вольта; ботафога; вариация

**Тема №4. Квикстеп**

Теория. Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Квикстеп»)

Практика. Ход лицом по линии танца; ход спиной по линии танца; лок степ вперед, назад; четвертные повороты

**Тема №5. Ча-ча-ча**

Теория. Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Ча-ча-ча»)

Практика. Основной ход; Закрытое основное движение; вариация; Нью-Йорк, рука в руке, спот поворот, поворот под рукой

**Тема №6. Повторение**

Теория. Теоретический материал

Практика. Медленный вальс, ча-ча-ча, самба, квикстеп

**Примерное планирование учебного материала 1-го года обучения**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Кол-во часов | Тип занятия | Элементы содержания | Требования к занятиям подготовки учащихся | Вид контроля |
| 1 | Самба | 2 | изучение нового материала | Подготовительные упражнения для исполнения основных движений танца. Баунс. Основное движение по одному | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | беседа |
| 2 | Ча-ча-ча | 2 | изучение нового материала | Подготовительные упражнения. Основное движение по одному. Позиция в паре. Закрытое основное движение по одному, в паре | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | беседа |
| 3 | Медленный вальс | 2 | изучение нового материала | Подготовительные упражнения. Основное движение, правый поворот, левый поворот, перемена. Вариация из пройденных фигур по одному, в паре (основное движение,правый поворот, левый поворот, перемена) | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | беседа |
| 4 | Самба | 2 | изучение нового материала | Подготовительные упражнения. Основное движение, виск, вольта по одному. Бота фого по одному (теневая ботафого). Вариация из пройденных фигур по одному, в парах (основное движение, виск, вольта, ботафого) | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | беседа |
| 5 | Самба | 2 | изучение нового материала | Подготовительные упражнения. Основное движение, виск, вольта, ботафого по одному. Вариация из пройденных фигур в парах (основное движение, виск, вольта, ботафого) | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | беседа |
| 6 | Самба | 2 | комбинированный | Подготовительные упражнения. Основное движение, виск, вольта, ботафого по одному. Самба ход по одному. Вариация из пройденных фигур в парах (основное движение, виск, вольта, ботафого). Самба ход в парах | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | наблюдение |
| 7 | Ча-ча-ча | 2 | комбинированный | Подготовительные упражнения. Основное движение,. Вариация из пройденных фигур : Закрытое основное движение по одному, в парепарах (таймстеп, чек, нью-йорк, рука в руке, спот поворт, поворот под рукой, шассе) | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | наблюдение |
| 8 | Медленный вальс | 2 | комбинированный | Подготовительные упражнения. Основное движение, правый поворот, левый поворот, перемена. Вариация из пройденных фигур по одному, в паре (основное движение, правый поворот, левый поворот, перемена, спин поворот, хэзитейшн, шассе в ПП и ОПП) | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | наблюдение |
| 9 | Квикстеп | 2 | изучение нового материала | Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Квикстеп»). Подготовительные упражнения. Ход лицом по линии танца. Учебная позиция в паре. Ход лицом по линии танца в паре | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | наблюдение |
| 10 | Медленный вальс | 2 | комбинированный | Подготовительные упражнения. Основное движение, правый поворот, левый поворот, перемена. Вариация из пройденных фигур по одному, в паре (основное движение, правый поворот, левый поворот, перемена, спин поворот, хэзитейшн, шассе в ПП и ОПП) | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | наблюдение |
| 11 | Самба | 2 | комбинированный | Подготовительные упражнения. Основное движение, виск, вольта, ботафого, самба ход по одному. Вариация из пройденных фигур в парах (основное движение, виск, вольта, ботафого, самба ход) | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | наблюдение |
| 12 | Квикстеп | 2 | изучение нового материала | Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Квикстеп»). Подготовительные упражнения. Ход лицом по линии танца. Учебная позиция в паре. Ход лицом по линии танца в паре | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | беседа |
| 13 | Квикстеп | 2 | изучение нового материала | Подготовительные упражнения. Ход лицом по линии танца, ход спиной по линии танца по одному, в парах. Лок степ вперед, назад по одному. Лок степ вперед, назад в парах | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | беседа |
| 14 | Ча-ча-ча | 2 | комбинированный | Подготовительные упражнения. Основное движение. Вариация из пройденных фигур: Закрытое основное движение по одному, в паре парах (таймстеп, чек, нью-йорк, рука в руке, спот поворот, поворот под рукой, шассе) | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | беседа |
| 15 | Ча-ча-ча | 2 | комбинированный | Подготовительные упражнения. Основное движение. Вариация из пройденных фигур: Закрытое основное движение по одному, в паре парах (таймстеп, чек, нью-йорк, рука в руке, спот поворот, поворот под рукой, шассе) | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | наблюдение |
| 16 | Медленный вальс | 2 | комбинированный | Подготовительные упражнения. Ход лицом по линии танца. Ход спиной по линии танца | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | наблюдение |
| 17 | Самба | 2 | комбинированный | Подготовительные упражнения. Основное движение, виск, вольта, ботафого, самба ход по одному. Вариация из пройденных фигур в парах (основное движение, виск, вольта, ботафого, самба ход) | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | наблюдение |
| 18 | Квикстеп | 2 | комбинированный | Подготовительные упражнения. Ход лицом по линии танца, ход спиной по линии танца, лок степ вперед, назад по одному. Четвертные повороты по одному. Четвертные повороты в паре. Четвертной поворот, лок степ вперед | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | наблюдение |
| 19 | Квикстеп | 2 | комбинированный | Подготовительные упражнения. Ход лицом по линии танца. Учебная позиция в паре. Ход лицом по линии танца в паре | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | наблюдение |
| 20 | Медленный вальс | 2 | комбинированный | Подготовительные упражнения. Основное движение, правый поворот, левый поворот, перемена. Вариация из пройденных фигур по одному, в паре (основное движение, правый поворот, левый поворот, перемена, спин поворот, хэзитейшн, шассе в ПП и ОПП) | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | наблюдение |
| 21 | Квикстеп | 2 | комбинированный | Подготовительные упражнения. Ход лицом по линии танца, ход спиной по линии танца по одному, в парах. Лок степ вперед, назад по одному. Лок степ вперед, назад в парах | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | наблюдение |
| 22 | Квикстеп | 2 | комбинированный | Подготовительные упражнения. Ход лицом по линии танца, ход спиной по линии танца, лок степ вперед, назад по одному. Четвертные повороты по одному. Четвертные повороты в паре. Четвертной поворот, лок степ вперед. | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | наблюдение |
| 23 | Повторение | 2 | комбинированный | Теоретический материал |  | наблюдение |
| 24 | Повторение | 2 | комбинированный | Самба (основное движение, виск, вольта, бота фого, самба ход | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | наблюдение |
| 25 | Повторение | 2 | комбинированный | Квикстеп (Четвертной поворот, лок степ вперед) | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | наблюдение |
| 26 | Повторение | 2 | комбинированный | Теоретический материал | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | наблюдение |
| 27 | Повторение | 2 | комбинированный | Самба (основное движение, виск, вольта, бота фого, самба ход | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | наблюдение |
| 27 | Повторение | 2 | комбинированный | Квикстеп (Четвертной поворот, лок степ вперед) | Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии | наблюдение |